

**m**  
mon épicier

la saison  
**BBQ**

biftecks français ou tournedos  
choix varié, format économique  
french style steaks or tournedos, economic pack  
15,41/kg  
reg. 7,35/lb - 30,18/kg

**6.99**  
/lb

boeuf  
première qualité  
metro  
marque 1947

filets de porc frais  
format économique  
fresh pork tenderloins,  
economic pack  
8,80/kg  
reg. 7,69/lb - 19,95/kg

**3.99**  
/lb

**40%**  
de rabais  
sur toutes les  
variétés de boeuf  
AAA Platinum Plus

boeuf AAA  
Platinum Plus  
choix varié  
AAA Platinum Plus beef

fraîchement  
d'ici

Si la  
température  
le permet

garantie  
fraicheur  
traçable

**8.99**  
/lb

filet de saumon coho  
importé du Japon, format économique  
coho salmon fillet, economic pack  
19,82/kg  
reg. 14,99/lb - 33,05/kg

garantie  
fraicheur  
traçable

**2.99**  
le 100 g

crevettes  
nordiques  
cuites du  
Québec  
frozen north  
seafood  
reg. 43,56/lb  
reg. 18,10/lb -  
39,90/kg

nouveaux  
arrivages

**19.99**  
/lb

sections de crabe  
des neiges frais  
fresh snow crab sections  
44,07/kg  
reg. 27,99/lb - 61,71/kg

**2.44**

framboises  
importées du Mexique,  
Cal. No 1, 170 g  
raspberries  
reg. 4,99

125  
points  
valeur  
de 1\$

coeurs de laitue romaine  
produit des E.-U. et/ou  
importés du Mexique, 3 un.  
romaine hearts  
reg. 6,99

**3.99**

ANDY BOY

produit  
d'ici

PIZZA  
MOZZARELLA  
fromage Selection  
400 g, Mixte-écre 375 g, fromage en  
tranches, 210-230 g, choix varié  
Selection cheese  
reg. de 6,79 à 8,99

CHEDDAR  
DORÉ MARBRÉ  
DORÉ MARBRÉ  
cheddar  
reg. 4,99

bol poké  
choix varié  
poke bowl

12  
variétés  
disponibles

**14.99**

PHOTO À TITRE INDICATIF SEULEMENT

produit  
d'ici

**2.88**

pains à hot-dog ou  
hamburger Pom  
Signature: 6-8 un / 10 Villageo 9-8 un / 1 choix varié  
Pom hot dog or hamburger buns  
reg. de 4,49 à 5,29

Inévitable  
CÔTES DE DOS DE PORC  
BBQ  
LA CAGE  
CLASSIQUE

**8.99**

côtes de dos de porc  
cuites La Cage  
classique, 630 g, Inévitable côtes de  
dos de porc cuites 660 g, choix varié  
La Cage cooked pork back ribs  
reg. de 13,99 à 18,99

produit  
d'ici

**2.99**

beurre  
d'arachide  
Kraft  
750 g/1 kg, choix varié  
Kraft peanut butter  
reg. 8,79

imbattable  
**5.97**

produit  
d'ici

imbattable  
**5.95**

mayonnaise  
Hellmann's  
710-890 mL  
choix varié  
Hellmann's  
mayonnaise  
reg. 7,49

**m** spécial  
appi  
les membres moi  
économisent plus

punch aux fruits • Fruit Punch  
sans alcool  
numérique

**99¢**  
boisson  
fruitée  
2 L, choix varié,  
cassis  
Fruit drink  
reg. 3,99

Ajouter le coupon à tout moment  
dans l'appi mon metro (m),  
du jeudi au mercredi.  
Coupon exclusif aux membres moi

faites  
votre mix!

revient à  
**21.49**  
À L'ACHAT  
DE 2

bouteilles  
canettes

GLAW TAIL  
Simply BOLD

Corona Extra  
STELLA ARTOIS

23.49

BOEUF  
**AAA**  
PLATINUM PLUS

# GOÛTEZ À NOTRE ULTIME EXPÉRIENCE BŒUF

★ TENDRETÉ EXCEPTIONNELLE ★ QUALITÉ SUPÉRIEURE

PLUS PERSILLÉ PLUS JUTEUX PLUS TENDRE QUÉ JAMAIS

bifeck d'aloyau

faux-filet

contre-filet

filet mignon

**40%**  
de rabais  
sur le  
boeuf AAA  
Platinum Plus

## Choisissez parmi une grande variété de friandises glacées!

achetez une  
friandise glacée  
Irrésistible sélectionnée  
et obtenez  
**40%**  
de rabais  
sur la 2<sup>e</sup>  
moins chère\*

friandises  
glacées  
Irrésistible  
3-12/60-100 ml,  
Mieux être 4-68-80 ml,  
mochi 4-90 ml,  
choix varié  
Irrésistible frozen treats  
reg. de 5,99 à 8,79



\*Offre valide du 22 avril au 12 août 2026 dans les Métro et Métro Plus participants. À l'achat d'une friandise glacée Irrésistible ou Mieux Être sélectionnée, obtenez 40% de rabais sur la 2<sup>e</sup> moins chère sélectionnée en magasin. Aucun équipement des produits participants. Voir l'appareil qu'il est prévu d'afficher et exclut tout autre coupon, offre spéciale ou rabais. Aucun coupon d'offre ne sera remis. Nous nous réservons le droit de suspendre, de modifier ou de mettre fin à ce programme en tout temps, sans préavis.



**3.99**  
raisins verts  
sans pépins  
Cotton Candy  
importés du Chili, 454 g  
Cotton Candy seedless  
green grapes  
reg. 7,99



revient à  
**99¢** /lb  
à l'achat d'un sac de 4 lb  
3,96 le sac



**99¢**  
radis en  
feuilles  
produit du Québec  
top radishes  
reg. 2,99



**9.99**  
viande  
fumée  
Nickels  
400 g  
Nickels  
smoked meat  
reg. 17,99



**9.99**  
poitrines de poulet (arces) Prime  
Maple Leaf  
surgelées, 568 g, portions de poulet panées, 700 g,  
choix varié  
Maple Leaf Prime frozen stuffed boneless chicken breasts  
reg. 17,49



**5.99**  
charcuteries  
Fantino & Mondello  
100-200 g, choix varié  
Fantino & Mondello Deli Cold cuts  
reg. 8,79



**20%**  
de rabais



**5.99**



**5.99**  
céréales Kellogg's  
formats et choix variés  
Kellogg's céréales  
reg. de 8,29 à 9,99

**produit d'ici**

beurre Selection  
454 g, Meun-Éire,  
Nabob 250 g  
Selection butter  
reg. de  
6,49 à 8,29

**5.99**

dessert glacé  
Parlour  
1,5 L, fraiches  
glaces 12/60-63 ml,  
choix varié  
Parlour frozen dessert  
reg. 5,99

**3.99**

**Produit d'ici**

Nestlé  
PARLOUR  
Vanille  
PARLOUR  
Minis  
Vanille  
Sandwiches  
à la vanille  
12/60-63 ml

**10 unités**

**produit d'ici**

100% Beurre  
cruif au  
margarine

**FORMAT ÉCONOMIQUE**

**5.99**

**produit d'ici**

Oh Paramel!  
ORIGINAL THE ORIGINAL  
12/60-63 ml

**2\$ de rabais à l'achat de 2 produits**

**produit d'ici**

Villaggio  
CLASSICO  
ITALIAN STYLE  
STYLÉ ITALIEN  
500-675 g

**2\$ de rabais à l'achat de 2 pains**

**produit d'ici**

POM  
DEPUIS 1890  
pain tranché  
Pom  
600-675 g, Villaggio  
550-675 g,  
choix varié  
Pom sliced bread  
voir réduction sur  
reçu de caisse

**produit d'ici**

TASSIMO  
NABOB  
8x1/2

**8.99**

capsules de café  
Tassimo Nabob  
Carte Noire, Maxwell House,  
T'Disc: 8-16 un., choix varié  
Tassimo Nabob coffee capsules  
reg. de 13,99 à 14,99

**produit d'ici**

Black Diamond  
TACOS & NACHOS  
252 g

**6.99**

**produit d'ici**

CHEESTRINGS  
FICELLO  
100% REAL CHEESE  
VRAI FROMAGE  
16/25 g

**2.47**

**imbattable**

Pringles  
145-150 g, choix varié  
Pringles potato chips  
reg. 3,99

**produit d'ici**

choco max  
Max Leclerc  
715-192 g, NutriMax  
222 g, Go Pops 250-330 g,  
Nügabar 175 g  
Leclerc Choco Max bars  
reg. de 3,99 à 4,99

**2.47**

**produit d'ici**

ACTIVIA  
Système immunitaire  
8x100 g

**4.29**

**produit d'ici**

STEFANO  
ÉPINARDS ET RICOTTA  
SPINACH & RICOTTA  
392 g

**5.99**

**produit d'ici**

STEFANO  
PEPPERONI  
402 g

**nettoyant pour le corps Nivea**  
Dove, 325-500 ml,  
shampooing, revitalisant  
355 ml, antiodorifique-  
déodorisant 45-74 g,  
savon en barre 3/106 g,  
Sensodyne dentifrice  
100 ml, choix varié  
Nivea body wash  
reg. de 6,79 à 9,29

**4.99**

**produit d'ici**

NIVEA  
COOLKICK  
3x1

**4.99**

**produit d'ici**

Gain  
Sponge Towels  
ULTRA  
2 DOUBLE DOUBLES = 4

**4.99**

**produit d'ici**

Cashmere  
8-16  
papier hygiénique  
Cashmere  
8 rouleaux doubles, 6 rouleaux  
triples, Sponge Towels essuie-tout  
de papier 2 rouleaux doubles, Gain  
Détergent pour la lessive 1,36 L, Flings  
1,5 un., assouplisseur de tissus, Downy,  
700 ml 1,31 L, choix varié  
Cashmere bathroom tissue  
reg. de 8,79 à 9,99

**produit d'ici**

bouteilles canettes  
LEEMAN  
jusqu'à 11\$ d'économie

**2/72.98** ou à partir de **39.99** la caisse

**produit d'ici**

canettes  
UNIBROU  
BLANCHE CHAMBLY  
24/355 ml

**21.99**

**produit d'ici**

canettes  
Miller Lite  
30/355 ml

**45.99** chaque jour à bas prix

bière Labatt Budweiser,  
Molson Canadian,  
Sleeman Original Draught  
casse, bout. ou canettes 24/341-355 ml,  
choix varié, consigne  
beer  
reg. de 39,99 à 41,99

bière Archibald Brasseur de  
Montréal, Unibroue  
casse, canettes 12/355 ml, choix varié, consigne  
beer  
reg. 22,99

# petits formats à petits prix

économisez en magasin  
et en ligne!



fromage  
Alexis de Portneuf  
125 g, choix varié  
Alexis de Portneuf cheese

**4.99**



cocktail  
Selection  
8/200 ml, Mieux-être  
jus, eau, choix varié  
Selection cocktail, Life  
Smart juice, water

**3.99**



fromage  
à la crème  
Selection  
227-250 g, choix varié  
Selection cream cheese

**2.99**



mini pain  
calabrese  
200 g  
mini calabrese bread  
reg. 2,69

**1.99**



pepperoni  
caserta Roma  
200 g, choix varié  
Roma caserta pepperoni  
reg. 3,69

**2.99**



frites Selection  
800 g, choix varié  
Selection french fries

**2.99**



la seule épicerie au Québec  
à m'offrir des points sur  
tous mes achats

**1\$** = **1** point **moi**  
d'achat point

# petits formats à petits prix

économisez en magasin  
et en ligne!



fromage  
Alexis de Portneuf  
125 g, choix varié  
Alexis de Portneuf cheese

**4.99**



cocktail  
Selection  
8,200 ml, Meux d'été  
jus, eau, choix varié  
Selection cocktail, Life  
Smart juice, water

**3.99**



fromage  
à la crème  
Selection  
227,250 g, choix varié  
Selection cream cheese

**2.99**



mini pain  
calabrese  
200 g  
mini calabrese bread  
reg. 2.69

**1.99**



pepperoni  
caserta Roma  
200 g, choix varié  
Roma caserta pepperoni  
reg. 3.69

**2.99**



frites Selection  
800 g, choix varié  
Selection french fries

**2.99**

la seule épicerie au Québec  
à m'offrir des points sur  
tous mes achats

1\$ d'achat = 1 point moi

## soutenons nos communautés

du 22 avril au 13 mai 2026

ajoutez



à votre facture et faites une différence



# 21 jours de duo metro

pour découvrir  
notre grande variété  
de produits

**duo**  + 

**250 points**  
à l'achat de crevettes de l'Argentine  
Irrésistible et sauce cocktail Irrésistible

 chez Metro  7 jours



visiter l'appli Mon Metro  
pour découvrir le duo du jour  
une nouvelle offre chaque jour  
pendant 21 jours grâce à moi

## moi

cette semaine  
je fais ma  
tourné chez **moi**

 J'ajoute mes coupons dans l'appli 

**21 jours de duo metro**  
1 nouveau coupon chaque jour

 J'ajoute mes coupons dans l'appli 

**C'est la coupon mania!**  
jusqu'à 200\$

 J'ajoute mon coupon dans l'appli 

**250 points bonus**  
valeur de 2\$  
à l'achat de 50\$ ou plus de presque tout

 J'ajoute mon coupon dans l'appli 

**625 points bonus**  
valeur de 5\$  
commande en ligne seulement

 Je présente ma carte à la caisse 

**55 points bonus**  
à l'achat de 6 croissants surgelés

adhérer dès maintenant sur [programmemoi.ca](http://programmemoi.ca)

\*Certaines conditions s'appliquent. Détails sur les coupons numériques ou à programmemoi.ca. Toutes les marques de commerce appartiennent à leur propriétaire respectif, utilisées sous licence.

[metro.ca](http://metro.ca)



sur vos 3 premières  
commandes



magasiner maintenant

\*Achat minimum de 80 \$ (avant taxes) requis. Certaines conditions s'appliquent. Détails sur metro.ca

# la saison **BBQ**

érable chipotle

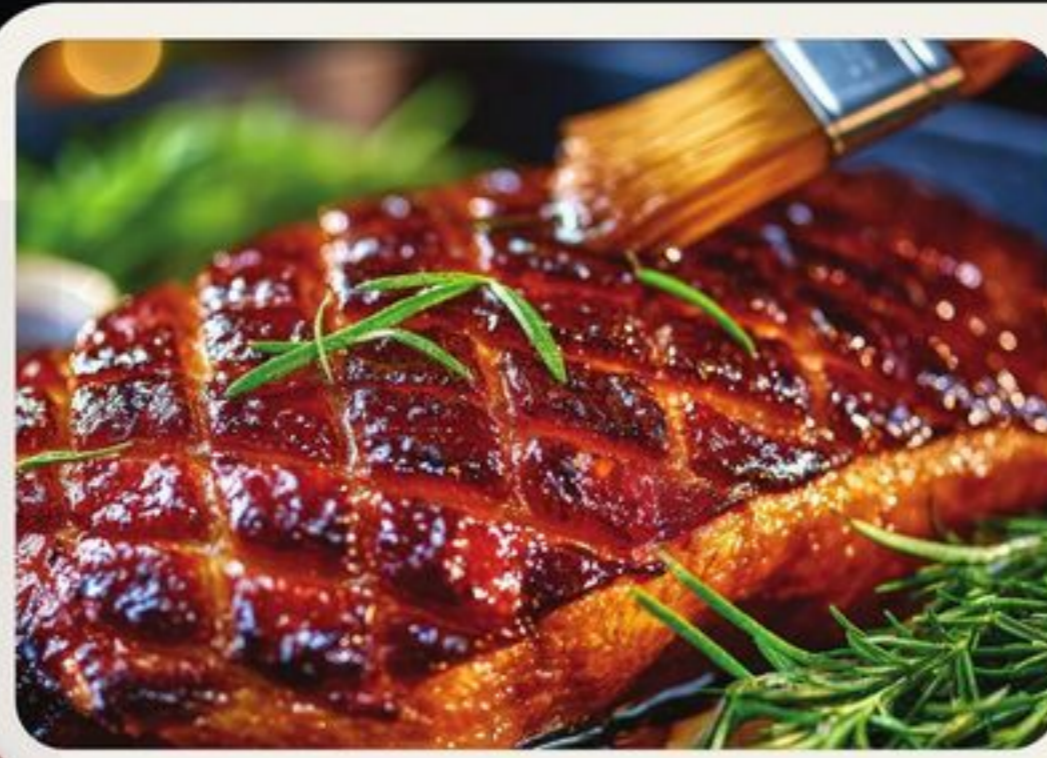
dijonnaise

poitrines de poulet  
frais assaisonnées  
déossées  
poulet, format économique  
fresh seasoned boneless  
chicken breasts, economic pack  
22,02/kg  
reg. 17,94/lb - 25,33/kg

—FORMAT—  
**ÉCONOMIQUE**  
**9.99**  
/lb

souvlaki

préparées  
sur place par  
nos experts



**L'été c'est fait pour mariner**

Saviez-vous que les marinades à l'huile permettent de protéger les aliments pendant la cuisson, en plus de les parfumer? Chez metro, nous offrons un service de marinades préparées sur place, selon vos goûts. Il suffit de le demander au comptoir!

**C'EST EXCLUSIF!**  
chez metro

## viandes marinées

érable chipotle

produit  
D'ICI

biftecks français  
pirate  
format économique  
pirate french style steaks  
economic pack  
17,61/kg  
reg. 13,65/lb - 30,18/kg

—FORMAT—  
**ÉCONOMIQUE**  
**7.99**  
/lb

filets de porc frais  
assaisonnés  
format économique  
fresh seasoned pork  
tenderloins, economic pack  
11,00/kg  
reg. 8,99/lb - 19,82/kg

—FORMAT—  
**ÉCONOMIQUE**  
**4.99**  
/lb

côtelettes  
de porc  
assaisonnées  
avec ce format  
economic pack  
seasoned pork chops  
bone-in  
economic pack  
13,21/kg  
reg. 7,49/lb - 16,51/kg

—FORMAT—  
**ÉCONOMIQUE**  
**5.99**  
/lb

souvlaki

## les brochettes pour la belle saison

metrogo!



souvlakis de boeuf,  
de poulet, de porc  
ou de dinde  
choix varié  
beef, chicken, pork or  
turkey souvlakis

rabais de  
**2\$/lb**  
tout l'été



brochettes  
de boeuf, de poulet,  
de dinde ou de porc  
avec légumes  
choix varié  
beef, chicken, turkey or pork  
brochettes with vegetables

**C'EST NOUVEAU!**  
chez metro

rabais de  
**2\$/lb**  
tout l'été

**C'EST NOUVEAU!**  
chez metro



mini brochettes  
de poulet avec  
légumes  
mini chicken  
vegetables skewers

brochettes de poulet  
grec halloumi avec  
légumes  
greek chicken and halloumi  
skewers with vegetables



**12\$** brochettes d'été  
assaisonnées  
640 g, choix varié  
summer brochettes  
reg. 15,00



**7.99** brochettes de mini  
saucisses cocktail  
Roma  
470 g  
Roma cocktail mini sausage skewers  
reg. 9,99

recette de  
**Burger  
Canuck**

cliquez ici



haché en  
magasin  
tous les  
jours



maigre

boeuf haché  
maigre  
format économique  
lean ground beef,  
economic pack  
15,82/kg  
reg. 10,94/lb - 21,58/kg

—FORMAT—  
**ÉCONOMIQUE**

**8.99**  
/lb

la saison **BBQ**

**prêt à cuire**

**metrogo!**

**C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU!**  
chez metro

onglet de boeuf thai Metrogo!  
200 g  
Metrogo! thai hanger steak  
reg. 9,49

**onglet de boeuf**

bifteck de hampe de boeuf saveur asiatique Metrogo!  
200 g  
Metrogo! asian flavor beef flank steak  
reg. 9,24

**bifteck de hampe de boeuf**

bifteck de flanc de boeuf steakhouse Metrogo!  
200 g  
Metrogo! steakhouse beef flank steak  
reg. 9,49

**bifteck de flanc de boeuf**

bifteck de macreuse Kansas Metrogo!  
170 g  
Metrogo! Kansas flat iron steak  
reg. 9,49

**bifteck de macreuse Kansas**

bifteck picanha chimichurri Metrogo!  
200 g  
Metrogo! picanha chimichurri steak  
reg. 9,49

**bifteck picanha**

**8.99**

produit d'ici

produit d'ici

collection **fumoir**  
metro

**des viandes à fumer tout l'été**

**Idéal pour le fumoir**

**boeuf première qualité metro**  
depuis 1947

**OLYMEL**

produit d'ici

tier de flanc de porc désossé Olymel  
Olymel boness pork belly  
15,41/kg  
reg. 12,99/lb - 17,61/kg

**6.99**  
/lb

**OLYMEL**

produit d'ici

tier de longe de porc désossé Olymel  
ent. 1,3 kg  
Olymel brand of boness pork loin  
8,80/kg  
reg. 4,99/lb - 11,00/kg

**3.99**  
/lb

**9.99**  
/lb

poitrine de boeuf entière emballée sous vide whole beef brisket  
22,02/kg  
reg. 10,49/lb - 23,13/kg

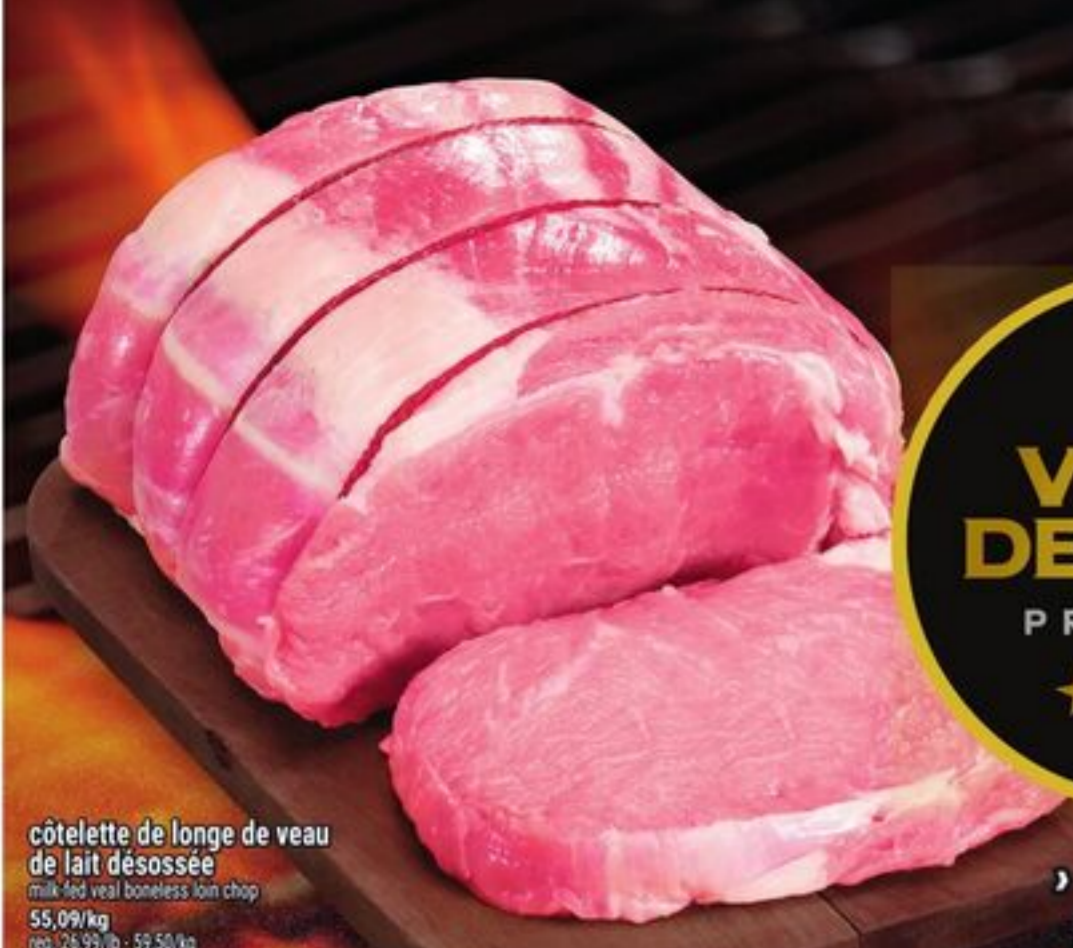
**recette de bavette de boeuf grillée à la papaye**

[cliquez ici](#)

bavette de boeuf Cat. «A» Beef flap meat  
55,09/kg  
reg. 32,99/lb - 12,74/kg

**24.99**  
/lb

# nos viandes à griller de qualité supérieure



côtelette de longe de veau de lait désossée  
milk-fed veal boneless loin chop  
55,09/kg  
reg. 28,99/lb - 59,50/kg

**24<sup>99</sup>** /lb

› tendreté inégalée  
› délicat en bouche  
› pour toutes sortes d'occasions



bifteck d'aloyau de veau de lait  
milk-fed veal bone steak  
44,07/kg  
reg. 23,99/lb - 52,89/kg

**19<sup>99</sup>** /lb



escalope de cuisseau de veau de lait  
milk-fed veal leg scallop  
66,12/kg  
reg. 32,99/lb - 72,73/kg

**29<sup>99</sup>** /lb

une viande exceptionnelle



filet de porc Nagano  
nature ou assaisonné  
env. 500 g  
Nagano pork tenderloin  
24,23/kg  
reg. 12,99/lb - 28,54/kg

**10<sup>99</sup>** /lb

› un élevage exclusif  
› un processus spécifique  
› une coupe distinctive



côtelette de porc avec os Nagano  
coupe hôte! env. 300 g  
Nagano bone-in pork chop  
26,43/kg  
reg. 13,99/lb - 28,84/kg

**11<sup>99</sup>** /lb

## fiers de nos viandes d'ici



steak de capicolle de porc aux 3 poivres Rose  
bavette de porc épicée Chicago  
env. 200 g  
Rose three pepper capicola pork steak  
22,02/kg  
reg. 11,99/lb - 26,43/kg

**9<sup>99</sup>** /lb

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

C'EST EXCLUSIF ET NOUVEAU! chez metro

**7<sup>49</sup>**



brochettes de porc miel et dijon Rose  
320 g  
Rose honey dijon pork skewers  
reg. 8,99



steak de poitrine de canard marinée  
Lac Brome  
choix varié  
Brome Lake seasoned duck breast steak  
46,27/kg  
reg. 24,99/lb - 55,09/kg

**20<sup>99</sup>** /lb

effiloché de canard confit Lac Brome  
200 g  
Brome Lake shredded duck confit  
reg. 12,99

**10<sup>99</sup>**



EFFILOCHÉ DE CANARD CONFIT  
SHREDDED DUCK CONFIT  
200 g



saucisses fumées Lesters  
450 g choix varié  
Lesters wieners  
reg. 5,99

**4<sup>99</sup>**



pâtes farcies Irresistible  
540-600 g  
choix varié  
Irresistible stuffed pasta  
reg. 9,99

**7<sup>99</sup>**



jambon fumé Gaspésien  
genre Toupin  
750 g  
Gaspésien smoked ham  
reg. 13,99

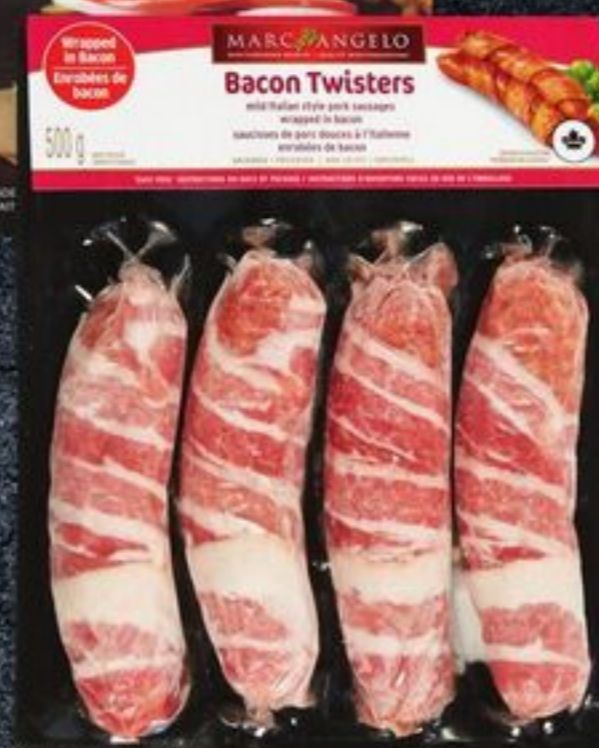
**11<sup>99</sup>**



ailes de poulet Flamingo surgelées, 550 g  
choix varié  
Flamingo frozen chicken wings  
reg. 16,99

**14<sup>99</sup>**

# la saison **BBQ**



**obtenez 30% sur le 2<sup>e</sup> moins cher**

burgers de boeuf Irrésistible, Selection ou Mieux-être  
 burgers 768 g, 1,36 kg, La Belle et la Bête burgers 547 g, Bâton Rouge burgers 624 g, Marc'Angelo saucisses 500-4,75 g, Selection tournedos de poulet 1,13 g, Benny & Co tournedos de poulet 690 g, Arahova brochettes saumon 490 g, Maches pommes de terre 800 g, La Cage ailes de poulet 550 g, choix varié  
 Irrésistible, Selection of Life Smart Frozen beef burgers



## nos saucisses prêtes à griller



rabais de **1\$/lb** tout l'été



## 2 nouvelles saveurs à découvrir



**halloumi et pesto**

- › vrais morceaux entiers de fromage halloumi et purée de basilic
- › fromage de la fromagerie Le Bédouin

**pizza**

- › vrais morceaux entiers de pepperoni et de poivrons verts
- › fromage de la fromagerie L'Ancêtre

rabais de **1\$/lb** tout l'été



à partir de **799** hors-d'œuvre Irrésistible, Selection surgelés, 228-500 g, choix varié Irrésistible, Selection hors d'œuvre reg. de 8,99 à 13,49

**999** bacon Lafleur, Laffleur naturel, 375-500 g, précuit 65-90 g, choix varié Lafleur bacon reg. 11,99

**gratuit** saucisses fumées Red Hots Schneiders 375 g Schneiders Red Hots wieners reg. 7,99  
**Valeur de 7,49\$**  
 à l'achat de saucisses fumées Juicy Jumbos Schneiders 450 g, farces 375 g, choix varié Schneiders Juicy Jumbos smoked wieners reg. de 10,99 à 11,99  
 ANNONCÉS À **9,995**





**sucrés et savoureux**

**4.99** bleuets  
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique et/ou du Pérou, 170 g  
blueberries  
reg. 5.99



fraises  
produit des É.-U. et/ou importées du Mexique  
Cat. No 1, 454 g  
strawberries  
**4.99** 25 points



**3.99** /lb  
gros raisins rouges, verts ou noirs sans pépins  
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique  
reg. 4.99/lb - 11.00/kg



**croquant et frais**

**couronne**

**20** points  
**3.49** ch.  
couronne de brocoli  
produit des É.-U. et/ou importée du Mexique  
broccoli crown  
reg. 3.99



tomates rouges en grappe  
produit du Québec,  
Canada No 1  
stemmed red tomatoes  
8.80/kg  
reg. 4.99/lb - 11.00/kg  
**3.99** /lb 20 points



concombres anglais sans pépins  
produit du Québec  
seedless english cucumbers  
reg. 2.99  
**2/5\$** ou **2.50** l'unité



**gros fruit**

grosse mangue rouge  
importée du Mexique, gr 10  
large red mango  
reg. 2.99  
**2/5\$** ou **2.50** l'unité



**2 lb**

kiwis  
importés de la Grèce et/ou de l'Italie, panier 2 lb  
kiwis  
reg. 8.99  
**35** points **6.99**



**gros fruit**

pamplemousses rouges  
produit des É.-U. et/ou importées de la Turquie, gr 22  
red grapefruit  
reg. 2.99  
**2/5\$** ou **2.50** l'unité



**2 lb**

nectarines, pêches ou prunes noires  
importées du Chili, panier de 2 lb  
nectarines, peaches or black plums  
reg. 7.99  
**6.99**



**2/5\$** ou **2.50** l'unité

champignons blancs entiers  
produit du Canada, 227 g  
white mushrooms  
reg. 7.99



**gros légume**

céleri  
produit des É.-U. et/ou importé du Mexique,  
Cat. No 1, gr 24  
celery  
reg. 4.99  
**3.99** ch.



chou-fleur  
produit des É.-U. et/ou importés du Mexique, gr 12  
cauliflower  
reg. 5.99  
**4.99** ch.

haricots français  
importés du Mexique et/ou du Guatemala, 400 g  
french beans  
reg. 5.99  
**4.99**



**produit d'ici**

rutabagas  
produit du Québec,  
Canada No 1  
rutabagas  
3.73/kg  
reg. 1.99/lb - 4.39/kg  
**1.69** /lb

patates douces  
produit des É.-U., Cat. No 1  
sweet potatoes  
3.73/kg  
reg. 1.99/lb - 4.39/kg  
**1.69** /lb

**fraîcheur garantie** ou argent remis **+10%**

# nos desserts fruités

5 variétés

*Irrésistible*

7 variétés



gâteau au fromage  
500-600 g, tarte à la crème 630 g, choix varié  
cheesecake  
reg. de 15,99 à 18,99



à partir de  
**13<sup>99</sup>**



gâteau Boston  
650-900 g, choix varié  
Boston cake  
reg. 23,99



nouvelle  
recette

tarte sablée  
tentation  
aux fruits  
600 g  
shortbread temptation fruit pie  
reg. 14,99



produit  
D'ICI

cuits en  
magasin

mini biscuits  
18/16 g, choix varié  
mini cookies  
reg. 4,99



à partir de  
**4<sup>49</sup>**

croissants  
4/65 g, choix varié  
croissants  
reg. 4,99



cuits en  
magasin



muffins  
4/82-88 g, choix varié  
muffins

12 variétés

produit  
D'ICI



beignes  
2/85-130 g, choix varié  
donuts  
reg. 3,99

+TX

**3<sup>49</sup>**

2 unités

4 variétés

produit  
D'ICI



trous de beigne  
18/14-15 g, choix varié  
donut holes  
reg. 5,99

**4<sup>99</sup>**

18 unités

4 variétés



mini beignes  
10/25 g, choix varié  
mini donuts  
reg. 8,49

**7<sup>99</sup>**

10 unités

Selection



produit  
D'ICI

beignes  
504-552 g, choix varié  
donuts  
reg. 5,99

**5<sup>49</sup>**

12 unités



cannoli à la crème de ricotta  
80 g  
ricotta cream-filled cannoli

fraîchement garnis  
sur demande

**2<sup>49</sup>**

viennoiseries  
2/61-88 g, choix varié  
pastries  
reg. 3,99

**3<sup>49</sup>**



pain parisien  
488 g, pain belge, Italien 450 g,  
choix varié  
parisian bread  
reg. de 4,49 à 4,99

à partir de  
**3<sup>99</sup>**



pita  
225 g,  
choix varié  
pita  
reg. 2,69

**1<sup>99</sup>**



gâteaux mini mousse  
250 g, mini gâteaux 350 g, gâteau  
au fromage 330 g, choix varié  
mini mousse cakes  
reg. 13,49

**12<sup>99</sup>**

**11<sup>99</sup>**



feuilles de palmier  
4/77 g, Chaussons 4/80-88 g,  
Bûchettes 4/54 g, choix varié  
palm leaves  
reg. de 4,99 à 6,49

**4\$**  
de rabais  
à l'achat de  
2 produits



pain brioche tranché  
500 g, pains à hot-dog ou à  
hamburger 4-12 un., choix varié  
sliced brioche bread  
reg. de 5,19 à 6,79

à partir de  
**4<sup>69</sup>**



pain plat naan  
192-360 g, tortillas 408 g, choix varié  
naan flatbread  
reg. de 3,99 à 4,99

**3<sup>99</sup>**

**fraîcheur garantie**

**ou argent remis +10%**

**tranché à votre goût**

**produit d'ici**

**bologne Selection**  
choix varié  
Selection bologna  
5,85/lb  
reg. 1,89 le 100 g - 7,67/lb

**129**  
le 100 g

**produit d'ici**

**capicollo Mastro**  
choix varié  
Mastro capicollo  
13,11/lb  
reg. 3,99 le 100 g - 14,02/lb

**289**  
le 100 g

**produit d'ici**

**jambon fumé Olymel Distinction**  
choix varié  
Olymel Distinction smoked ham  
15,83/lb  
reg. 3,79 le 100 g - 17,14/lb

**349**  
le 100 g

**20 points**

**produit d'ici**

**hummus Fontaine Santé**  
454 g, trempette 420-454 g,  
salade 200-400 g, choix varié  
Fontaine Santé hummus  
reg. de 6,99 à 7,49

**à partir de 599**

**produit d'ici**

**Bruschetta Traditionnelle**  
140 g

**produit d'ici**

**fromage Oka**  
Moutier Gustav  
Saint Paulin, 190 g,  
choix varié  
Oka cheese  
reg. 10,99

**50 points 999**

**produit d'ici**

**émincé de jambon Tour Eiffel**  
Olymel, poitrine de dinde,  
150-175 g, choix varié  
Tour Eiffel shaved ham  
reg. 7,99

**40 points 749**

**produit d'ici**

**guacamole Sabra**  
190 g  
Sabra  
190 g, choix varié  
Sabra guacamole  
reg. 7,49

**35 points 699**

**produit d'ici**

**émincé de jambon fumé Paysan**  
Olymel, jambon haché,  
150-175 g, choix varié  
Paysan shaved  
smoked ham  
reg. de 13,49 à 13,99

**à partir de 1199**

**65 points**

**produit d'ici**

**BOCCONCINI COCKTAIL**  
18  
200 g

**prix spécial 649**

**produit d'ici**

**boconcini Irrésistible**  
200 g  
Irrésistible boconcini  
reg. 6,99

**prix membre 599**

**L'ART DU VRAI**

**produit d'ici**

**jambon blanc Première Moisson**  
env. 3 kg, choix varié  
Première Moisson white ham  
13,56/lb  
reg. 4,49 le 100 g - 20,37/lb

**299**  
le 100 g

**cretons Première Moisson**  
ancienne, 150 g  
Première Moisson cretons  
reg. 6,49

**579**

**rillettes façon Le Mans**  
pâté de campagne ou de foie,  
125 g, choix varié  
Première Moisson rillettes  
Le Mans style  
reg. 5,99

**549**

**poitrine de dinde Première Moisson**  
choix varié  
Première Moisson turkey breast  
20,37/lb  
reg. 4,99 le 100 g - 22,63/lb

**449**  
le 100 g

**sauce pour pâtes Première Moisson**  
700 ml, choix 750 g, choix varié  
Première Moisson  
pasta sauce  
reg. de 11,99 à 17,49

**à partir de 1049**

**soupe Première Moisson**  
700 ml, choix varié  
Première Moisson soup  
reg. 9,99

**799**

**FORMAT ÉCONOMIQUE**

**produit d'ici**

**emmental Irrésistible**  
d'Allemagne, 400 g  
Irrésistible emmental cheese

**1399**

**produit d'ici**

**fromage Le Bédouin**  
400 g, choix varié  
Le Bédouin cheese

**1599**

**produit d'ici**

**MOCK CHICKEN MEAT LOAF**  
PAIN DE VIANDE SHIMLI-POULET  
400 g

**produit d'ici**

**CHOPPED COOKED HAM**  
JAMBON CUT HÂCHÉ  
2 x 175 g

**7\$**

**duo de charcuteries Olymel**  
300-400 g, choix varié  
Olymel duo deli cold cuts

**produit d'ici**

**fromage brie Irrésistible Artisan**  
500 g  
Irrésistible artisan brie cheese

**1499**

**produit d'ici**

**feta Selection**  
en saumure, 800 g  
Selection feta cheese

**1849**

**produit d'ici**

**salade Selection**  
800 g, choix varié  
Selection salad

**499**

**produit d'ici**

**pepperoni tranché Selection**  
SELECTION FRANGÉE PEPPERONI  
2/375 g  
Selection sliced pepperoni

**1299**

**fraîcheur garantie ou argent remis +10%**

**metrogo!** préparés en magasin

notre  
— **rôtisserie** —  
moins cher qu'au resto

**le choix du  
rôtisseur**

Poitrine ou cuisse  
de poulet

— **REPAS** —

POUR 2

**14,99\$**<sup>+TX</sup>

POUR 3

**20,99\$**<sup>+TX</sup>

POUR 4

**25,99\$**<sup>+TX</sup>

Quart de  
poulet avec  
frites, sauce  
et salade



repas 3 filets  
de poulet  
avec frites, sauce et salade  
3 chicken tender meal

**9,49**<sup>+TX</sup>



repas de  
poulet frit  
2 pcs, avec frites,  
sauce et salade  
fried chicken meal

**11,49**<sup>+TX</sup>



repas  
demi-portion de  
côtes levées  
avec frites,  
sauce et salade  
half portion ribs meal

**13,99**<sup>+TX</sup>



repas de 12 ailes  
de poulet  
avec frites, sauce et salade  
12 pc chicken wing meal

**15,99**<sup>+TX</sup>

**boucles césar  
au poulet**



salade repas  
365-390 g  
meal salad

**4  
variétés**

à partir de  
**10,99**<sup>+TX</sup>



**boeuf  
sud-ouest**

bol repas  
395-440 g  
meal bowl



**kale, quinoa  
et poulet**

MAGASINS PARTICIPANTS SEULEMENT



**saumon  
sésame**

**double poulet**



sandwich gourmet  
235-240 g  
gourmet sandwich

**4  
variétés**

à partir de  
**5,99**<sup>+TX</sup>



**boeuf émincé  
et fromage**

focaccia  
205-240 g  
focaccia

**focaccia  
aux herbes  
et romarin**



**poulet et  
poivron rouge**



**bocconcini, dinde  
et salami piquant**

# organisez vos journées

boisson réfrigérée  
Earth's Own  
aux amandes 1,89 L à l'avoine,  
soya 1,75 L, choix varié  
Earth's Own refrigerated drink  
reg. 4,99

**3,99**



produit d'ici

tartinade St-Dalfour  
225 ml, Natur beurre d'arachide  
500 g, choix varié  
St-Dalfour spread  
reg. de 6,79 à 7,79

**5,99**



produit d'ici



10,99 fromage  
Extra Cheddar Kraft  
785 g, Singles 44 tranches 825 g  
Kraft Extra Cheddar cheese  
reg. de 12,99 à 13,99

**250**  
de rabais  
à l'achat  
de 2 pains



produit d'ici



2,79

produit d'ici



3,99 fromage à la crème  
Tre Stelle  
475 g, 200 g, choix varié  
Tre Stelle cream cheese  
reg. 4,99



4,49 gaufres belges Irresistible  
croustilles, 208 g, Maxi-ère 240 g, choix  
varié  
Irresistible Belgian waffles  
reg. 4,79



5,99 céréales grano Oatbox  
craquelés, 300 g, granos 300 g, Prana  
mélange de noix 250 g, Granos grains  
sojonnés de riz 227-284 g, Grano Love céréales  
granola 200 g, choix varié  
Oatbox granola cereal  
reg. 6,79



6,99



3,99 thé en sachets King Cole  
40-60 ml, Théy thé en sachets, 20-40 ml  
King Cole tea bags  
reg. de 4,29 à 5,49



5,49

produit d'ici



3,49



2,29

produit d'ici



9,79

**Natrel**

**D'un naturel généreux**

**4,99\$** NATREL CRÉMIER À CAFÉ  
1 L  
PRIX RÉGULIER 7,99\$

**6,49\$** NATREL SANS LACTOSE  
2 L  
PRIX RÉGULIER 7,49\$

**4,99\$** NATREL LAIT FINEMENT FILTRÉ  
2 L  
PRIX RÉGULIER 5,49\$

MOCHI À LA CRÈME GLACÉE  
210 ML  
PRIX RÉGULIER 7,49\$

**Hot Wheels**

**5,99** Pattes d'ours  
format familial  
336 - 490 g  
Reg. 7,79

**5,29** Traditions Cogl.  
Village, Petit Beurre  
525 - 575 g, Reg. 5,99

Melba toast  
familiales  
350 - 400 g, Reg. 6,49

**3,99** Whippet  
250 - 285 g  
Reg. 4,99

Grissol  
Melba  
TOAST  
ORIGINAL  
NATURE  
10  
400g

**Dare** FIÈREMENT FABRIQUÉ PAR UNE ENTREPRISE CANADIENNE

## pour vos soupers

cocktail de légumes  
Garden Cocktail Mott's  
Clamato cocktail, 1,39 L, choix varié, consigne  
Mott's Garden Cocktail vegetable cocktail  
reg. 5,49

**3,99**



sauce pour pâtes  
Mikes  
410-700 ml, choix varié  
Mikes pasta sauce  
reg. 6,99

**5,99**



soupe aux tomates  
Aylmer  
bouillon, consommé  
284 ml, choix varié  
Aylmer tomato soup  
reg. de 1,59 à 2,49

**1,29**



mélange à sauce  
St-Hubert  
The Keg  
Pacini  
est. 21-52 g, choix varié  
Pacini, Fine  
sauce mix  
reg. de 2,39 à 2,49

**1,69**



**5,99** dîner Hungry-Man  
surgelé, 300-455 g, Garden suprême,  
228 g, choix varié  
Hungry-Man dinner  
reg. de 7,99 à 8,29

sauce pour pâtes Rao's  
410-640 ml  
à choix varié  
Rao's pasta sauce  
reg. 12,99

**9,99**



nouilles  
Lucky Koi  
introduit  
300-454 g  
choix varié  
Lucky Koi noodles  
reg. 7,99

**2,49**



riz instantané  
Minute Rice  
2 kg  
Minute Rice  
instant rice  
reg. 11,99

**9,99**



crème Québon  
Ultra crème,  
Sealtest  
Lactantia, Natrel, 35 %  
473 ml, 5 %, 10 %, 11 L,  
choix varié  
Québon Ultracream,  
Sealtest cream  
reg. de 6,19 à 7,19

**4,99**



Pepsi, Coke  
2 L, choix varié,  
consigne  
soft drink  
reg. 3,99

**2,99**



**7,99** eau de source gazeifiée  
Maison Perrier  
8/330 ml, choix varié, consigne  
Maison Perrier carbonated spring water  
reg. 9,79



détergent pour  
la vaisselle  
Dawn Platinum  
Ultra 431-502 ml,  
choix varié  
Dawn Platinum  
dish detergent  
reg. 4,99

**3,99**



**4,99** craquelins Premium Plus  
Christie  
450-481 g, choix varié  
Christie Premium Plus crackers  
reg. 5,99

## Arctic Gardens CHOISISSEZ UN GOÛT DE CHEZ NOUS



**4,49**

Arctic Gardens  
légumes Arctic Gardens  
Arctic Gardens vegetables  
425 g - 1 kg  
reg. 5,79 à 6,29

Fabriqué au Canada

scJohnson  
Une entreprise familiale  
au service d'un monde meilleur



Nettoyez la salle de  
bain 5X plus vite\*  
avec Easy Peasy™

\*PAR RAPPORT AUX NETTOYANTS TOUT USAGE, SUR LE CALCAIRE



**5,79\$**  
SCRUBBING BUBBLES™ SUR UNE SÉLECTION  
VARIÉE DE NETTOYANTS ET Mousseux  
DESINFECTANTES POUR LA SALLE DE BAIN  
ET LA DOUCHE.



**5,79\$**  
SCRUBBING BUBBLES™ GEL NETTOYANT  
POUR CUVETTE AU PARFUM D'AGRUMES  
FRAIS OU PARFUM DE ROSE DU MATIN  
& UNITÉS.

## Prêts-à-manger et tellement bons!



**2,99**

Del Monte  
salades de légumineuses assaisonnées,  
mélanges de maïs ou betteraves en dés,  
seasoned bean salads, corn medleys or diced beets  
398 ml  
reg. 2,29 à 2,49

**5,99**

Del Monte  
Fruits  
Fruit  
790 ml  
reg. 6,49

## UTILISEZ LE SAC LE PLUS FIABLE



**4,99\$**

\*NOTE LE SAC DE CONSERVATION DE NOURTURE LE PLUS FIABLE  
ÉTUDE CANADIENNE DE CONFIANCE BRANDPOINT™ 2015

# plaisirs glacés

crème glacée Irrésistible  
1,5 L, sorbet 946 ml, choix varié  
Irrésistible ice cream  
reg. de 5,99 à 6,79

à partir de  
**5 99**



friandises glacées  
Selection  
24/60-75 ml, barres glacées  
12/60 ml, choix varié  
Selection ice pops  
reg. de 7,49 à 9,49

à partir de  
**6 49**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

friandises glacées  
Chapman's  
28/50 ml, choix varié  
Chapman's frozen treats  
reg. 7,49



**6 49**



7 49

C'EST NOUVEAU!  
chez metro

friandises glacées  
Leclerc Célébration  
4/90 ml, choix varié  
Leclerc Célébration frozen treats  
reg. 8,99



**7 99**



**7 99**

C'EST NOUVEAU!  
chez metro

crème glacée  
Gelato Stefano  
300 ml, choix varié  
Stefano Gelato ice  
cream  
reg. 8,99

**7 99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

sorbet  
Bilboquet  
168 ml, choix varié  
Bilboquet sorbet  
reg. 8,99

**7 99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

friandises  
glacées  
Nestlé  
9 un., choix varié  
Nestlé frozen  
treats  
reg. 8,99

**9 99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

dessert  
glacé Dole  
Whip Dole  
414 ml,  
choix varié  
Dole Whip  
frozen dessert  
reg. 7,49

**5 49**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

crème glacée  
Baskin 31  
Robbins  
146 ml, sandwich  
41/23 ml, choix varié  
Baskin 31 Robbins  
ice cream  
reg. 10,99

**9 99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

friandises  
glacées  
Popsicle  
6/60 ml, choix varié  
Popsicle ice pops  
reg. 10,99

**6 99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

friandises  
glacées  
Sno  
vegan food treats  
reg. 8,99

**7 99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

dessert glacé  
Grazy  
300 ml, 3/90 ml, choix varié  
Grazy frozen dessert  
reg. 7,99

**7 49**



**22 99\$** LA CAISSE DE 12 CANETTES DE 355 mL. PRIX COURANT: DE 26,49 \$ À 27,99 \$ +TX. **JUSQU'À 5\$ D'ÉCONOMIE!**

**NOUVEAU**

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

**39 49\$** À L'ACHAT DE 2 CAISSES DE 24 CANETTES OU BOUTELLES DE 330 mL OU 355 mL. PRIX COURANT: DE 43,49 \$ À 46,49 \$ +TX. **JUSQU'À 14\$ D'ÉCONOMIE!**

CHACUNE

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

**34 99\$** À L'ACHAT DE 2 CAISSES DE 24 CANETTES OU BOUTELLES DE 341 mL OU 355 mL. PRIX COURANT: DE 39,99 \$ À 41,99 \$ +TX. **JUSQU'À 14\$ D'ÉCONOMIE!**

CHACUNE

VOIR LA SÉLECTION EN MAGASIN.

**Lindt** MAÎTRE CHOCOLATIER SUISSE DEPUIS 1845

**8 79** +TX  
LINDT SWISS CLASSIC  
BARRES 100-200 g  
Prix Régulier 10,49 à 11,49

**NOUVEAU**

**5 99** +TX  
LINDT EXCELLENCE BARRES 50-100 g  
LINDT GHIRARDELLI BARRES 138 g  
Prix Régulier 8,49 à 9,49

**9 99** +TX  
LINDT LINDOR SACHETS 120-150 g  
GHIRARDELLI SACHETS 142-153 g  
Prix Régulier 14,29

# pour vos soirées estivales

vin blanc, rouge ou rosé  
Keep Calm, Out of Reach  
750 ml, choix varié  
Keep Calm, Out of Reach white, red or rosé wine  
reg. de 13,99 à 14,19



vin rouge ou blanc  
vinsier 4 L, choix varié  
red or white wine  
reg. de 45,99 à 52,29

**5\$**  
de rabais



**7.99** boissons gazeuses  
Bubly  
canettes 6/355 ml, choix varié,  
consigne  
Bubly soft drink  
reg. 9,99

boisson sportive  
Prime hydratation  
500 ml, choix varié, consigne  
Prime hydration sport drink  
reg. 9,99

**2.49**



boisson de malt  
Smirnoff  
Crown Royal, Captain  
Morgan, canettes  
6/355 ml, choix varié,  
consigne  
Smirnoff malt beverage  
reg. 16,49

**15.99**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

Kronenbourg  
1664 rosé  
canettes, 4/355 ml,  
choix varié, consigne  
Kronenbourg  
1664 beer can  
reg. 11,99

**10.99**

boisson réfrigérée  
Kombucha Rise  
biologique, 1 L,  
choix varié, consigne  
Kombucha Rise  
refrigerated drink  
reg. 9,49

**7.99**



eau gazeifiée  
alcoolisée White Claw  
boisson de malt White Claw Tails, canettes  
6/355 ml, choix varié, consigne  
White Claw alcoholic carbonated water  
reg. de 15,29 à 16,49

**15.49**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

bière Flying Fish  
12/355 ml, choix varié, consigne  
Flying Fish beer  
reg. 26,49

**23.49**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

bière Miller Lite  
canette, 12/341-355 ml,  
consigne  
beer  
reg. 26,49

**24.49**



bière Sleeman  
Clear 2.0  
canette, 12/355 ml,  
choix varié, consigne  
beer  
reg. de 24,49 à 26,49

**22.99**



saumon rose Clover Leaf  
80 g, choix varié  
Clover Leaf pink salmon  
reg. 2,99

**1.99**



pâtes alimentaires Catelli  
375-450 g, choix varié  
Catelli pasta  
reg. 2,79

**1.99**



sauce B.B.Q. Fitcook  
Signature, 355 ml, choix varié  
Fitcook B.B.Q. sauce  
reg. 10,99

**9.49**



C'EST NOUVEAU!  
chez metro

produit d'ici

bâtonnet de poulet  
Mighty Protein  
Maple Leaf  
32 g, choix varié  
Maple Leaf Mighty Protein  
chicken stick  
reg. 2,49

**1.99**



oeufs cuits durs Oeufs  
Presto!  
Burnbrae  
écailles, 264 g  
Burnbrae Egg2go!  
hard boiled eggs  
reg. 4,99

**4.49**



sauce BBQ  
Firebarns  
350 ml, choix varié  
Firebarns BBQ sauce  
reg. 4,99

**5.99**



produit d'ici

C'EST NOUVEAU!  
chez metro

moutarde  
French's  
325 ml, choix varié  
French's mustard  
reg. 4,49

**3.49**



gâteries pour chiens  
Greenies  
170 g, choix varié  
Greenies dog treats  
reg. 10,99

**8.99**



gâteries pour chats  
Greenies  
80 g, choix varié  
Greenies cat treats  
reg. 4,49

**3.49**



relish croquante  
Toundra  
375 ml, choix varié  
Toundra cranichy  
relish  
reg. 4,79

**3.99**



produit d'ici

riz basmati  
Dainty  
900 g, choix varié  
Dainty basmati rice  
reg. de 7,49 à 8,49

**6.99**



produit d'ici

biscuits pour chiens  
Pedigree  
gâteries, 169-737 g,  
choix varié  
Pedigree dog biscuit  
or treats  
reg. 6,29

**4.99**



nourriture pour  
chiens Iams  
6,13-8,80 kg, choix varié  
Iams dog food  
reg. 37,99

**34.99**



fromage en tranches Daiya  
220 g, 160, 200 g, fromage à la crème  
227 g  
Daiya sliced cheese  
reg. 6,99

**5.99**



pains Schär  
229-300 g,  
choix varié  
Schär rolls buns  
reg. 10,29

**8.99**



# ZONE % DE RABAIS

<p>légumineuses Primo 547 ml, choix varié Primo légumineuses reg. 2,79</p> <p><b>28% de rabais</b></p> <p><b>1,99</b></p>	<p>épices El-Ma-Mia 110-135 g, assaisonnements 2,55 g, choix varié El-Ma-Mia épices reg. 5,49</p> <p><b>18% de rabais</b></p> <p><b>4,49</b></p>	<p>moutarde dijon Maille origine, 245 ml Maille dijon mustard reg. 8,45</p> <p><b>17% de rabais</b></p> <p><b>6,99</b></p>
<p>croustilles tortilla Takis 190-260 g, choix varié Takis tortilla chips reg. 4,99</p> <p><b>30% de rabais</b></p> <p><b>3,49</b></p>	<p>tartinade Kraft 375 g, choix varié Kraft tartinade reg. 6,49</p> <p><b>15% de rabais</b></p> <p><b>5,49</b></p>	<p>pâtes alimentaires Garofalo gnocchi, 500 g choix varié Garofalo pasta reg. 4,29</p> <p><b>18% de rabais</b></p> <p><b>3,49</b></p>
<p>Twizzlers twists torsadés réglisse Twizzlers Hershey's Nibs, Super Nibs, 283-454 g, choix varié Hershey's Twizzlers licorice reg. 4,99</p> <p><b>30% de rabais</b></p> <p><b>3,49</b></p>	<p>barres de chocolat Nestlé 52-192 g, choix varié Nestlé chocolate bars reg. 4,49</p> <p><b>33% de rabais</b></p> <p><b>2,99</b></p>	<p>amandes Blue Diamond 170 g, choix varié Blue Diamond almonds reg. 7,29</p> <p><b>18% de rabais</b></p> <p><b>5,99</b></p>
<p>boisson sportive Powerade 710 ml, choix varié, consigne Powerade sport drink reg. 2,99</p> <p><b>33% de rabais</b></p> <p><b>1,99</b></p>	<p>boisson énergisante Redbull 473 ml, choix varié, consigne Redbull energy drink reg. 5,79</p> <p><b>17% de rabais</b></p> <p><b>4,79</b></p>	<p>huile d'olive extra vierge O-live &amp; Co 1 L O-live &amp; Co extra virgin olive oil reg. 24,99</p> <p><b>28% de rabais</b></p> <p><b>17,99</b></p>
<p>boisson sportive Powerade 710 ml, choix varié, consigne Powerade sport drink reg. 2,99</p> <p><b>33% de rabais</b></p> <p><b>1,99</b></p>	<p>boisson énergisante Redbull 473 ml, choix varié, consigne Redbull energy drink reg. 5,79</p> <p><b>17% de rabais</b></p> <p><b>4,79</b></p>	<p>huile d'olive extra vierge O-live &amp; Co 1 L O-live &amp; Co extra virgin olive oil reg. 24,99</p> <p><b>28% de rabais</b></p> <p><b>17,99</b></p>
<p>boisson sportive Powerade 710 ml, choix varié, consigne Powerade sport drink reg. 2,99</p> <p><b>33% de rabais</b></p> <p><b>1,99</b></p>	<p>boisson énergisante Redbull 473 ml, choix varié, consigne Redbull energy drink reg. 5,79</p> <p><b>17% de rabais</b></p> <p><b>4,79</b></p>	<p>huile d'olive extra vierge O-live &amp; Co 1 L O-live &amp; Co extra virgin olive oil reg. 24,99</p> <p><b>28% de rabais</b></p> <p><b>17,99</b></p>

<p>pain à sandwich Selection 720 g, choix varié Selection sandwich bread</p> <p><b>2,99</b></p>	<p>pains à hot-dog ou à hamburger Selection 12 un., choix varié Selection hot dog or hamburger buns reg. 3,79</p> <p><b>2,99</b></p>	<p>pains géants à hamburger ou à hot-dog Irrésistible 6-12 un., choix varié Irrésistible maximum hamburger or hot dog buns reg. de 4,49 à 4,99 voir réduction sur reçu de caisse</p> <p><b>2\$ de rabais</b> à l'achat de 2 pains</p>
<p>Macaroni 400 g, choix varié PASTA-PÂTES reg. 2,49</p> <p><b>1,99</b></p>	<p>relish Selection 375 ml, moutarde 400 ml, choix varié Selection relish</p> <p><b>1,79</b></p>	<p>cornichons Selection 1 L, Selection ketchup aux tomates 750 ml-1 L, choix varié Selection pickles</p> <p><b>3,99</b></p>
<p>tomates Selection 540-796 ml, Mieux-être 796 ml, choix varié Selection tomatoes reg. 2,49</p> <p><b>1,99</b></p>	<p>fromage râpé parmesan Selection Irrésistible, 250 g reg. de 8,99 à 9,29</p> <p><b>7,99</b></p>	<p>bouillon Irrésistible Mieux-être, 946 ml, choix varié Irrésistible broth reg. de 8,99 à 9,29</p> <p><b>2,29</b></p>
<p>fruits Irrésistible surgelés 400-600 g, Mieux-être 300 g, choix varié Irrésistible frozen fruits</p> <p><b>3/14,29</b> ou <b>7,29</b> l'unité</p>	<p>miel Selection 375 g, choix varié Selection honey reg. 6,79</p> <p><b>5,99</b></p>	<p>pommes de terre frites Irrésistible surgelées, 454-650 g, choix varié Irrésistible french fried potatoes reg. 4,29</p> <p><b>3,79</b></p>
<p>fruits Irrésistible surgelés 400-600 g, Mieux-être 300 g, choix varié Irrésistible frozen fruits</p> <p><b>3/14,29</b> ou <b>7,29</b> l'unité</p>	<p>miel Selection 375 g, choix varié Selection honey reg. 6,79</p> <p><b>5,99</b></p>	<p>pommes de terre frites Irrésistible surgelées, 454-650 g, choix varié Irrésistible french fried potatoes reg. 4,29</p> <p><b>3,79</b></p>



histoire d'ici

Petite entreprise locale de la MRC de Lac-Saint-Est offrant des miels de qualité.



miel Miel des Ruisseaux  
500 g, choix varié  
Miel des Ruisseaux honey  
reg. 9,29

**869**



bière  
Blanche du  
Lac St-Jean  
canette, 473 ml,  
consigne  
beer  
reg. 5,79

**449**



Balais Lulu à la  
guimauve  
Chocolat Lulu  
100-125 g, choix varié  
Chocolat Lulu  
marshmallow brooms  
reg. 5,49

**469**



bière rousse  
La Chouape  
canette, 473 ml,  
consigne  
beer  
reg. 5,49

**489**



café Marc  
Robitaille  
30 un., choix varié  
Marc Robitaille coffee  
reg. 20,99

**1799**



cidre pétillant  
Joli Rouge  
canette, 473 ml,  
consigne  
Joli Rouge  
sparkling cider  
reg. 4,79

**359**

histoire d'ici

Spécialisée dans la transformation de la viande de porc, cette entreprise d'Alma est reconnue pour son savoir-faire.



jambon fumé Fortin  
1 kg, méchoui 820 g  
Fortin smoked ham  
reg. 15,99

**1499**



Nestlé<sup>MD</sup>  
**KitKat**<sup>MD</sup>

POUR PARTICIPER ET COURIR LA CHANCE DE

**GAGNER**

UNE EXPÉRIENCE VIP  
À MONTRÉAL OU À MONZA

+ DES CENTAINES DE PRIX



+TX  
**99¢**

friandises chocolatées  
Nestlé  
29-60 g, choix varié  
Nestlé chocolate treats  
Reg. 1,67



Partenaire officiel de la Formule 1™

LE LOGO F1 ET LES MARQUES QUI LUI SONT ASSOCIÉES SONT DES MARQUES DE COMMERCE DE F1. BY

\* AUCUN ACHAT REQUIS. Balayez le code QR ou visitez [kitkat.ca/concours-formule1](http://kitkat.ca/concours-formule1) pour connaître le règlement du concours. Le concours commence le 1er mars 2026 et se termine le 1er août 2026. Deux grands prix et plus de 100 prix secondaires à gagner, à une valeur allant de 500 \$ à 47 000 \$. Questions réglementaires de marketing requises. Les chances de gagner dépendent du nombre de participations admissibles reçues. Les marques de commerce de Nestlé sont la propriété de la Société des Produits Nestlé S.A., Vevey, Suisse et sont utilisées sous licence. © Nestlé, 2024.

**BIEN NOURRI. BIEN REMPLI.**

**2<sup>99</sup>** Soupes Chunky<sup>MD</sup> de Campbell's<sup>MD</sup>  
515 mL, choix variés  
reg. 4,99

**Célébrez les traditions, savourez Habitant<sup>MD</sup>!**

**2<sup>99</sup>** Soupes Habitant<sup>MD</sup>  
796 mL, choix variés  
reg. 3,99

**NOUVEAU!**

**KETTLE BRAND**

**2<sup>99</sup>** +TX  
Kettle Brand<sup>MD</sup> croustilles  
156 g - 198 g, choix variés  
reg. 4,79

© Compagnie Campbell du Canada, 2024

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur chez les marchands Metro participants de la province de Québec du jeudi 23 avril au mercredi 29 avril 2026 jusqu'à la fermeture. Les prix réguliers peuvent varier dans le temps et selon le magasin. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature et d'un prix coûtant égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement. Metro inc. se dégage de toute responsabilité en lien avec ou pouvant découler des visuels fournis par les différents fournisseurs de produits relativement aux photos, logos, dessins, typographies et provenance des produits. Consultez votre marchand pour connaître les heures d'ouverture. La circulaire affichée sur [metro.ca](http://metro.ca) prévaut sur les circulaires affichées sur des sites externes. Certains produits peuvent faire l'objet d'une écocontribution imposée par les municipalités. Détails en magasin et en ligne. Certaines conditions s'appliquent. Sous la présentation de la carte moi, l'attribution des points est calculée sur le montant total, avant taxes, et exclut les produits stipulés dans les modalités du programme. Ne s'applique pas sur les points bonus. Disponible dans les magasins participants au programme moi. Points échangeables dans les magasins participants à partir d'un solde de 500 points (valeur de 4\$). Visiter [programmemoi.ca](http://programmemoi.ca) pour connaître les conditions. moi est une marque de commerce de Metro inc. \*Valide dans les magasins Metro et Metro Plus du Québec. Si vous n'êtes pas satisfait(e)s de la fraîcheur d'un produit frais (voir détails des produits frais participants sur [metro.ca](http://metro.ca) ou en magasin) que vous avez acheté chez Metro, nous vous rembourserons le prix du produit (incluant les taxes, si applicables) plus 10 % du prix payé pour le produit remboursé (avant taxes applicables). Le produit retourné ne doit pas avoir été consommé et ne doit pas avoir dépassé sa date de péremption. La demande de remboursement et crédit doit être effectuée dans les 3 jours suivant l'achat (sauf exceptions) en retournant le produit, accompagné de la facture d'achat. Nous nous réservons le droit de suspendre, modifier ou cesser ce programme en tout temps sans préavis. Cette offre n'est pas monnayable, ni transférable. Ne peut être appliqué sur les médicaments et autres produits de pharmacie, les boissons alcoolisées, le tabac, les billets de loterie et sur les produits dont le prix minimum est régi par la loi (par exemple, le lait). Nous travaillons présentement à la mise à jour de la provenance de l'ensemble de nos produits. Ces informations proviennent d'agences de certification, de fournisseurs de produits et d'autres partenaires de Metro. Nous ne pouvons être tenus responsables pour toute information pouvant s'avérer inexacte. Certaines conditions s'appliquent. Voir les détails en magasin et sur [metro.ca](http://metro.ca).

The advertised prices on these pages will be valid in your participating Quebec province Metro grocery stores from Thursday, April 23rd to Wednesday, April 29th, 2026 until closing. Regular prices may vary over time and by store. We reserve the right to limit quantities. It is possible that in certain areas, the brand of certain products may not be available. It will then be replaced by a similar brand of equivalent or greater value. No sale to retailers. Photos for illustration purposes only. Metro inc. disclaims all liability in connection with or that may arise from the visuals provided by the various product suppliers with respect to the photos, logos, designs, typography and product origin. See your grocer for opening hours. The displayed flyer on [metro.ca](http://metro.ca) prevails on the flyers displayed on external websites. Some products may be subject to an eco-contribution imposed by the municipalities. Details in store and online. Certain conditions apply. Upon presentation of the moi card, points awarded are calculated on the total amount, before taxes, and exclude the products specified in the terms and conditions of the program. Does not apply to bonus points. Available at stores participating in the moi program. Points redeemable at participating stores starting at a balance of 500 points (\$4 value). Visit [programmemoi.ca](http://programmemoi.ca) for terms and conditions. Moi is a trademark of Metro Inc. \*Valid at Metro and Metro Plus stores across Quebec. If you aren't satisfied with the freshness of a fresh product (see details of participating fresh products in stores or on [metro.ca](http://metro.ca)) purchased at Metro, we will refund the price of the product (including taxes, if applicable) plus 10% of the price paid for the refunded product (before applicable taxes). The returned product must not have passed its expiry date nor already have been consumed. The refund request and credit must be requested within 3 days of the applicable purchase (except for exceptions) by returning the product in question along with its purchase receipt. We reserve the right to suspend, amend or terminate the program at any time without prior notice. This offer may not be redeemed for cash and is non-transferable. Not applicable to medications and other pharmacy products, alcoholic beverages, tobacco, lottery tickets, and products whose minimum price is regulated by law (for example, milk). We are currently working on updating the origin of all our products. This information comes from certification agencies, product suppliers, and other Metro partners. We cannot be held liable for any information that may prove to be inaccurate. Certain conditions apply. See details in stores and on [metro.ca](http://metro.ca).